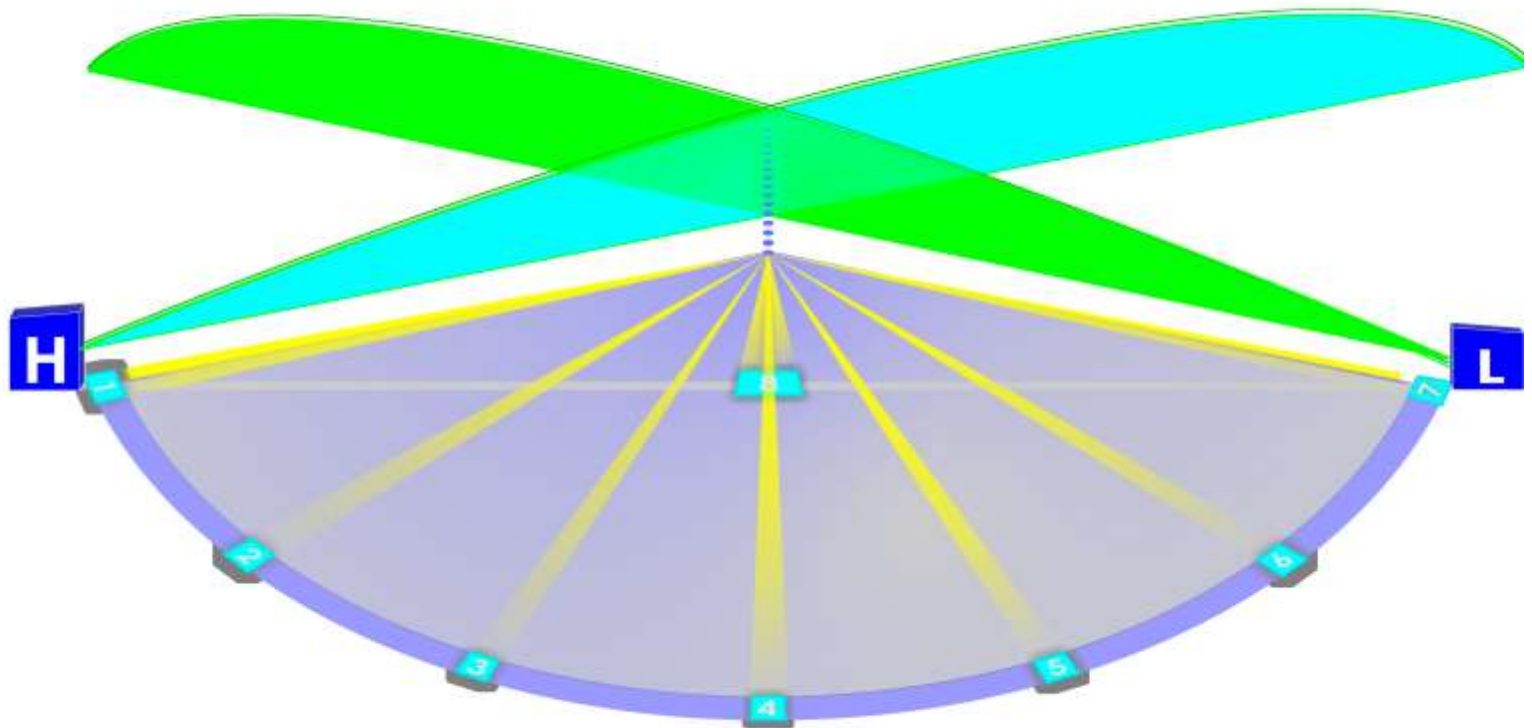


# Technikmodell Skeet



# Phasenstruktur Skeet

1. Phase des Voranschlages
2. Phase der Annahme
3. Phase der Bewegung

# 1.0 Phase des Voranschlages

## Technikelemente



# 1.0 Voranschlag

## 1.1 Die Fußstellung

- Die Füße werden so gestellt, dass bei jeder Drehung der Körper im Gleichgewicht bleibt
- Der Fußabstand beträgt ca. Schulterbreite, die Fußsohlen berühren ganzflächig den Boden
- Das linke Bein ist gleichzeitig Stand- und Drehbein (Rechtsschütze)
- Die Fußstellung wird auf jedem Stand zum Schuss- oder Annahmesektor ausgerichtet
- Es gilt folgende Orientierung:  
Bei Hochhausscheiben zeigt die linke Fußspitze zum Schussektor, bei Niederhausscheiben zeigt die linke Fußspitze zum Annahmesektor
- Die optimale Fußstellung muss individuell gefunden werden, nach Festlegung sollte sie nicht mehr verändert werden.



# 1.2 Körperhaltung und Gewichtsverlagerung

- Die Anschlaghaltung ist gerade und aufrecht, der Schütze steht locker und ohne Verkrampfung
- Im Voranschlag erfolgt eine leichte nach – Vorn – Neigung des Oberkörpers
- Das Körpergewicht wird zu etwa 2/3 auf das linke Bein verlagert und ist damit Drehbein / Drehachse
- Die Knie sind leicht gebeugt
- Die Kopfhaltung wird vor dem Abruf fixiert
- Bis zur Schussabgabe bleibt der Gewichtsschwerpunkt auf dem linken Bein



# 1.3 Hand- und Armhaltung

- Die rechte Hand umfasst den Kolbenhals des Schaftes so, dass mit dem 1. Glied des Zeigefingers der Abzug nach hinten gedrückt werden kann
- Der rechte Arm befindet sich im Voranschlag ca. 25-35 Grad zur Körperachse
- Die linke Hand umfasst den Vorderschaft in der Mitte, ohne Verspannung der Finger
- Der linke Arm befindet sich ca. 35 - 45 Grad zur Körperachse

2 Bilder Voranschlag seitliche Aufnahme



# 1.4 Eindrehen des Körpers

- Unter Eindrehen des Körpers versteht man die Ausrichtung des Gesamtsystem „Voranschlag“ auf den Annahmesektor des Hochhauses
- Die Anhaltemaße in Bezug zu den Häusern müssen individuell gefunden werden – sie richten sich stark nach der Geschwindigkeit der Bewegungsausführung des Schützen
- Bei Niederhausscheiben wird der Körper normal zum Annahmesektor ausgerichtet – es erfolgt kein Eindrehen des Körpers

Bild eindrehen des Körpers z.B. Stand 3 HH

Normale Ausrichtung NH

# 1.5 Waffenhaltung

- Die Schaftspitze befindet sich seitlich in Höhe des Markierungsstreifens mit Körperkontakt
- Die Waffe wird im Voranschlag nicht verkantet
- Die Laufmündung befindet sich kurz unter der zu erwartenden Flugbahnhöhe der Scheibe im Annahmesektor





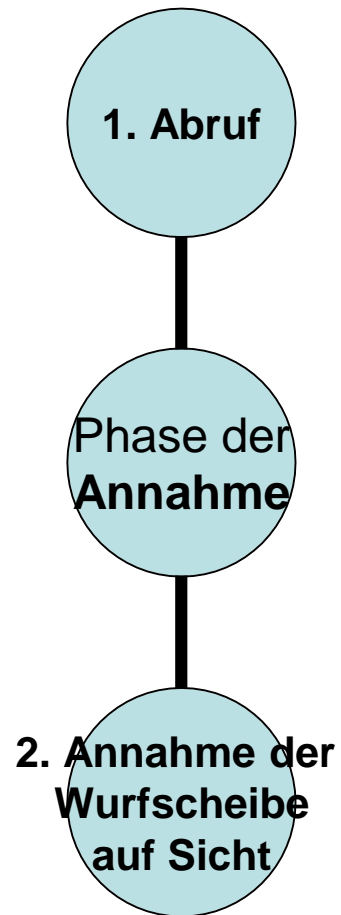
# 1.6 Stellung der Augen

- Beide Augen sind im Voranschlag geöffnet
- Beim Rechtsschützen muß das rechte Auge dominant sein
- Im Voranschlag befinden sich beide Augen waagrecht zum Schützenstand



# 2.0 Phase der Annahme

## Technikelemente



## 2.1. Der Abruf

- Der Abruf erfolgt, wenn der Voranschlag eingenommen ist und die Konzentration auf die Annahme der Scheibe ausgerichtet ist
- Mit dem Abruf beginnt die Phase der Annahme
- Der Abruf soll kurz und laut erfolgen, die Wurfscheibe erscheint mit einer Verzögerung von 0,1-3 sec.

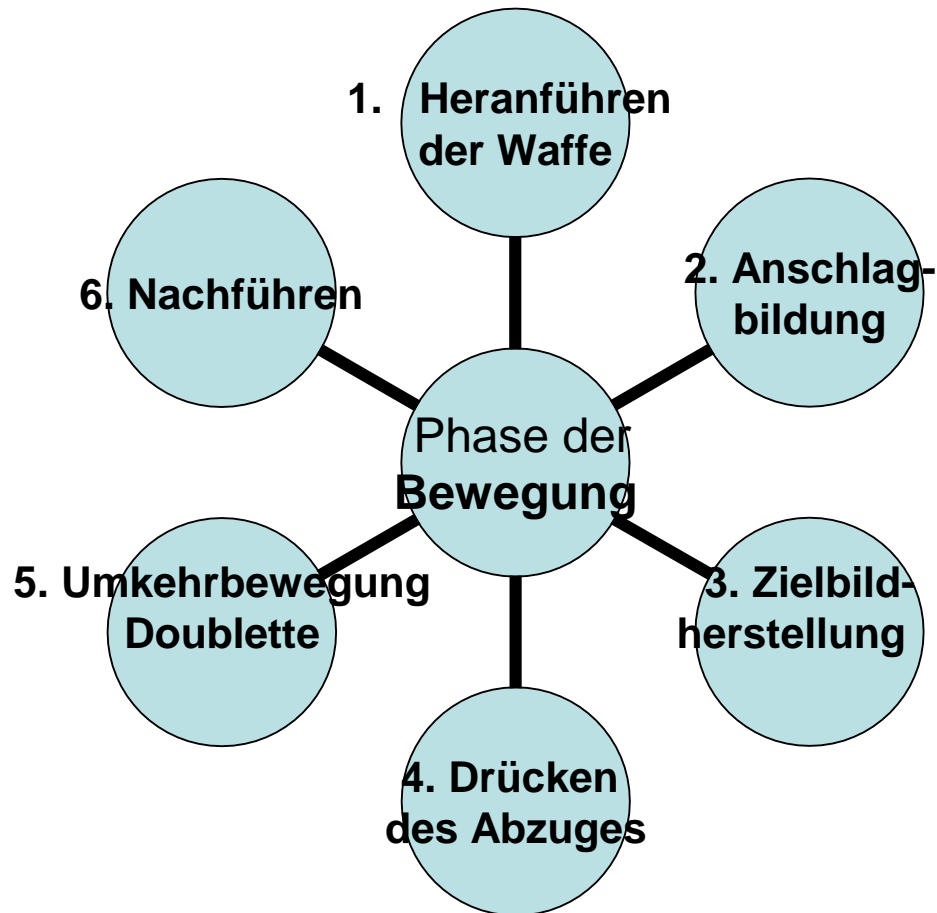
## 2.2 Annahme der Wurfscheibe auf Sicht

- Die Wurfscheibe wird grundsätzlich auf Sicht angenommen, d.h. die Waffe wird erst vom Haltepunkt gelöst, wenn die Flugparameter wahrgenommen werden
- Nur wenn die Waffe vom Abruf bis zum Erscheinen der Wurfscheibe ruhig am Haltepunkt verharrt, ist eine schnelle und ziel gerichtete Bewegungshandlung möglich



# 3.0 Phase der Bewegung

## Technikelemente



## 3.1 Heranführen der Waffe

- Das Heranführen der Waffe und die Anschlagsbildung, erfolgt unmittelbar nach der Annahme der Wurfscheibe.
- Das System Körper-Waffe schwingt bei gleichzeitigem „Heben und Drehen“ der Waffe in die Flugbahn der Scheibe ein
- Die Waffe wird auf dem kürzesten Weg mit steigender Beschleunigung vom Haltepunkt zur Scheibe geführt



## 3.2 Anschlagsbildung

- Bei der Anschlagsbildung wird die Waffe aus dem Voranschlag in den Anschlag geführt
- „Der Schaft geht grundsätzlich zum Kopf“!
- Der Schaft wird so eingesetzt, dass die Schaftkappe ganzflächig an der Schulter anliegt
- Durch die Fixpunkte: Hand – Vorderschaft / Hand – Pistolengriff / Schaftbacke – Wange und Schaftkappe – Schulter wird das Gesamtsystem Waffe – Körper stabilisiert
- Der Anschlagsaufbau muss vor der Zielbildherstellung abgeschlossen sein
- beide Augen befinden sich waagrecht zum Schützenstand

### 3.3 Zielbildherstellung

- Das Zielbild ist die optisch wahrgenommene Position des Flintenlaufes zur Wurfscheibe, die den Treffer garantiert
- Auf Grund unterschiedlicher physischer Voraussetzungen (z.B. Reaktions- und Beschleunigungszeit) und spezieller Waffeneigenschaften (z.B. Hochschuss, Schaftlänge usw.) ist das optimale Zielbild individuell zu erarbeiten



### **3.4 Drücken des Abzuges**

- Der Abzug ist bei dem ersten Erkennen des Zielbildes konsequent zu drücken
- Beim Drücken des Abzuges ist die Waffe stabil in der Flugbahn der Scheibe weiter zu führen (1. und 2. Schuss)

### **3.5 Umkehrbewegung - Doublette**

- Beim Beschießen der Doublette ist unmittelbar nach der ersten Schussabgabe die zweite Scheibe optisch zu erfassen und die Umkehrbewegung sofort einzuleiten
- Die Waffe ist auf kürzestem Weg zur 2.Scheibe zu führen, das Zielbild herzustellen und der Abzug zu drücken

## 3.6 Nachführen

- Um sicher zu stellen, dass der Schuss aus der Bewegung heraus abgegeben werden kann ist die Waffe nachzuführen
- Bei der Einzel- und der 2. Doublettenscheibe ist darauf zu achten, dass die Waffe nach der Schussabgabe in der Flugbahn der Scheibe verbleibt





